

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида № 34 «Красная шапочка»

Памятка для родителей «Адаптация ребенка к детскому саду»

(младший дошкольный возраст)

Составитель:

Варфоломеева Елена Сергеевна, воспитатель,  
МБДОУ «Детский сад №34 «Красная шапочка»»

Междуреченский муниципальный округ

## «СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ В ДЕТСКИЙ САД»



### Первоначальные навыки, которые должны быть у малыша, когда он идет в детский сад:

- ◆ пользоваться ложкой во время приема пищи;
- ◆ пользоваться горшком;
- ◆ сообщать о своих потребностях;
- ◆ активно участвовать в одевании и умывании;

В последующем, именно на основе этих навыков будут формироваться и другие, более сложные умения.

### Расставание с мамой

Расставание с мамой является тяжёлым испытанием, как для малыша, так и для мамы. Однако этот процесс можно сделать менее трагичным, если следовать следующим рекомендациям:

- ◆ По возможности расширять круг общения ребёнка, помогать ему преодолеть страх расставания, обращать внимание ребёнка на действия и

поведение посторонних людей.

- ◆ Познакомить малыша с будущими воспитателями, представив их как людей, любящих детей и которым очень нравится с ними играть.

- ◆ Почаще ходить с малышом в гости или посещать различные развлекательные заведения.

- ◆ Для того, чтобы процесс адаптации к новым условиям проходил легче, необходимо постепенное привыкание. Следуйте рекомендациям педагогов.

### Что должно быть в шкафчике?

**Сменная одежда.** В течение дня ребенку может понадобиться смена одежды, может произойти любая непредвиденная ситуация - облился компотом, замочил футболку пока мыл руки, или же просто вспотел. Ребенок чувствует себя очень неудобно, если ему нужна смена одежды, а её нет в наличии.

### Положите в шкафчик

- ◆ чистый комплект нижнего белья - трусики и маечку (2 комплекта)
- ◆ сменную одежду для пребывания в группе - футболка, шорты (юбочка), носочки и т.п. (2 комплекта)
- ◆ кофту с длинным рукавом и колготки (или штанишки).

**Сменная обувь.** Обувь для ребенка в группе должна быть с зафиксированным задником и точно соответствующая ноге ребенка. Она должна легко сниматься и одеваться. **Всю обувь** для ребенка лучше

выбирать так, чтобы он мог обуть ее и застегнуть сам. Обувь для прогулки также должна легко сниматься и одеваться.

Положите в шкафчик влажные салфетки и бумажные носовые платочки, пару пустых целлофановых пакетов для грязных вещей, на тот случай, если все же пришлось использовать сменную одежду.

**Необходимо соблюдать следующие правила:**

- ◆ **Не приносить и не оставлять в шкафчике ребенка еду (сладости, печенье, газировку и пр.).**

- ◆ **Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверять содержимое карманов в одежде ребенка на наличие мелких опасных предметов.**

- ◆ **Не приносить в детское учреждение острые, режущие и стеклянные предметы (ножницы, булавки, гвозди, проволоку, зеркала, стеклянные флаконы), а также мелкие предметы (бусинки, пуговицы и т.п.), таблетки и другие лекарственные препараты.**

Нередко случается так, что в шкафчике лежит много одежды и вещей, которые зачастую являются ненужными. Это приводит к неудобству, и мешает ребенку - ведь ему необходимо ориентироваться, где что лежит. Не забывайте проверять шкафчики!

## Телесная терапия

объятия, поглаживания, игры на коленках, пальчиковые игры. Прикосновение стимулирует выделение мозгом гормонов, способствующих росту ребенка. Любовь взрослых, ее проявление влияет также на формирование нервных связей. Элементы телесной терапии если ребенок плачет, капризничает, недомогает – его можно взять на ручки, погладить поцеловать, прижать к себе и ребенок успокаивается. Для этого мы используем игры на коленях.

## Подвижные игры:

«Пузырь», «Ножки», «Зайка» и т. д., формируют эмоциональный контакт, доверие детей к воспитателю, а также развивают координацию движения, переключают внимание, удовлетворяют потребность малышей в движении. Общность движений и игровых интересов усиливают радостные переживания и эмоциональный подъем.

**Игровые ситуации максимально приближенные к типовым сюжетам из реальной жизни :**

«Мишка заболел», «Кукла хочет спать», «Погладим белье». Создают доброжелательное отношение с окружающими и сверстниками. Учат новым способам взаимодействия друг с другом.

Развиваются такие параметры игровой деятельности, как владение игровыми навыками, действиями воображаемой ситуации, самостоятельности выбора предмета-заместителя.

## Песочная терапия

Песок и сухой бассейн - прекрасное психопрофилактическое средство, которое снимает мышечную напряженность, развивает тактильно-кинестетическую чувствительность и мелкую моторику.

Игры с крупной и мелкой мозаикой, нанизывание шариков на шнур, соединение деталей крупного конструктора «Лего», с матрешками, с прищепками и др. - монотонные движения руками и сжимание кистей рук, затормаживают отрицательные эмоции, развивают и способствуют творческому процессу.

Успокаивающее и расслабляющее действие вызывает арт-терапия, такая как пальцевая живопись, нетрадиционное рисование создает атмосферу непринужденности, эмоционально-положительного отношения к действительности, тестопластика, игры с соленым тестом. (*мять, рвать, лепить*). Увлекательный процесс, который помогает забыть на какое о время о своих прореживаниях.

Шумовые игрушки – не только купленные в магазине, но и сделанные

своими руками из бусинок, бисера, гороха, дождика из бумаги. Дети будут не только прислушиваться к шуму, но и с удовольствием разглядывать содержимое.

**Сказкотерапия** - это процесс воспитания Внутреннего Ребенка, развития души, повышение уровня осознанности событий, приобретения знаний о законах жизни и способах социального проявления созидательной творческой силы.

Игровые методы взаимодействия с ребенком: игры-забавы, куклы Бибабо, мультфильмы- создают такие ситуации, чтобы ребенок больше смеялся, а лучшее лекарство от стресса- смех.

Танцы и развивающие движения, игровые упражнения, музыкальные занятия – это источник радости и хорошего настроения

Чтение ребенку поэзии, произведений устного народного творчества оказывает положительный эффект. С помощью фольклора легко установить контакт с ребенком. Ласковый говорок, прибауток, потешек, вызывает у него радость, побуждает познавательную активность. Маленькие песенки – потешки помогают в проведении режимных моментов.